

Aktywny rodzic -masaż Shantali

Na świat przychodzi dziecko. Dla każdego rodzica – spełnienie marzeń, dla lekarza – mały pacjent. Wszyscy chcą zapewnić małej istotce jak najlepszy start. Stworzyć warunki prawidłowego rozwoju. To łatwe, jeśli dziecko jest zdrowe, o wiele bardziej złożone – jeśli urodziło się z „deficytami”. Pediatra, neurolog ortopeda – cały sztab specjalistów diagnozujących i próbujących usprawnić malucha. Przy nich zatroskany, przejęty rodzic.

Czy można włączyć go w proces aktywnej rehabilitacji?

Powrót do źródeł

Przed kilkoma laty dotarł do Polski nowatorski sposób wspomagania rehabilitacji medycznej przez rodzica, opiekuna lub osobę bliską. Był to słabo wówczas znany, ale głośny dzięki rewelacyjnym efektom tzw. masaż Shantali. Jego twórcą i propagatorem był Friderique Leboyer, francuski położnik, który w czasie jednej ze swoich wypraw do Indii spotkał młodą kobietę, Shantale, przy pomocy masażu walczącą o zdrowie swojego przedwcześnie narodzonego dziecka. Metoda, którą posługiwała się Shantala, okazała się głęboko osadzona w tradycji. Hinduska nauczyła się jej od matki, a matka od swojej babki. Ku zdumieniu Leboyaera wcześniak rozwijał się prawidłowo. Masaż matki dostarczał mu niezbędnych bodźców słuchowych, dotykowych i wzrokowych.

Odpowiednia stymulacja zapewniała prawidłowy rozwój.

Do Europy masaż Shantali dotarł w latach 80. Rozwinął się zwłaszcza w USA, Kanadzie i Holandii, gdzie instruktorzy tej metody są dziś do dyspozycji w każdym ośrodku zdrowia. W Polsce ta metoda nadal jednak jest mało znana, a bywa wręcz niedoceniana.

Wszechstronność masażu Shantali

Masaż Shantali ma walory terapeutyczne, tonizujące, stymulujące.

Skierowany jest do dzieci:

- znajdujących się w grupie ryzyka – narażonych na niepowodzenia w rozwoju psychoruchowym, z nadmiernym napięciem mięśniowym,
- po urazach mózgowo-czaszkowych,
- nadmiernie pobudzonych,
- z zaburzeniami gastrycznymi (kolkami),
- upośledzonych intelektualnie.

Masaż ma wiele walorów terapeutycznych. Stanowi silną formę komunikacji, wzmacniającą więź emocjonalną między rodzicem a dzieckiem. Masowanie sprawia maluchowi radość, uspokaja i relaksuje, pomaga w rozwoju fizycznym. Uważa się, że masaż niemowlęcia ma pozytywny wpływ na wszystkie układy. Jego praktykowanie może:

- pomóc dziecku w oddychaniu,
- usprawnić jego układ odpornościowy,
- przyspieszyć usuwanie produktów przemiany materii i toksyn przez skórę,
- wspomóc trawienie i przynieść ulgę w kolce i zaparciu,
- sprzyjać dobremu napięciu mięśni,
- uzupełnić rehabilitację medyczną,
- uspokoić dziecko i pomóc zasnąć.

Instruktorzy masażu metodą Shantali zwracają także

uwagę na korzyści dla osoby wykonującej masaż:

- poprawia pewność siebie rodzica, wiarę w jego umiejętności opieki nad dzieckiem,
- uspokaja,
- łagodzi lub zapobiega depresji poporodowej u matek,
- poprawia więź z dzieckiem,
- pomaga w zrozumieniu dziecka, tego, co komunikuje, jakie potrzeby próbuje przekazać.

Jak widzimy, stosując metodę Shantali, rodzic może efektywnie stymulować dziecko do rozwoju w środowisku przyjaznym, bezpiecznym, domowym. Warto stosować masaż także profilaktycznie, aby mieć pewność, że pociecha rozwinię się harmonijnie.

autor artykułu: mgr ANNA HARTMAN pedagog specjalny, certyfikowany Instruktor Masażu Shantala wg Szkoły Holenderskiej